

C. ORVALLE - RÉGIMEN

Enero - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

7

8

FESTIVO

11

12

13

14

15

MENESTRA DE VERDURAS
LOMO DE SAJONIA

ACELGAS CON CEBOLLA
TORTILLA DE GAMBAS

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
POLLO ASADO

ARROZ CON CHAMPIÑÓN
PALOMETA ENCEBOLLADA

PANACHÉ DE VERDURAS
LOMO A LA PLANCHA

18

19

20

21

22

GUISANTES CON JAMÓN
TERNERA A LA PLANCHA

LOMBARDA CON MANZANA
REVUELTO DE ATÚN

ESPINACAS SALTEADAS
MERLUZA CON VERDURAS

CONSOMÉ O REPOLLO
MORCILLO, POLLO Y VERDURA

BROCOLI REHOGADO
POLLO ASADO

25

26

27

28

29

PASTA AL PESTO
LOMO DE AGUJA A LA PLANCHA

VERDURAS A LA PLANCHA
FILETE DE TERNERA

COLIFLOR AL AJILLO
TORTILLA DE CALABACÍN Y
CEBOLLA

MENESTRA DE VERDURAS
MERLUZA A LA GALLEGA

SOPA DE VERDURAS
PÉCHUGA A LA PLANCHA

NOTAS: Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

